

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА ГОРОДА МОСКВЫ

Государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования города Москвы
«Московский государственный университет спорта и туризма»
(ГАОУ ВО МГУСиТ)

СОГЛАСОВАНО

Проректор

 А.М. Каткова

«28» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор института спортивных
технологий и физического
воспитания

 К.М. Берулава

«28» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.01 «Управление тренировочной и соревновательной деятельностью
спортсменов в детско-юношеском спорте»

направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование
направленность (профиль): Физическое воспитание и спорт

Форма обучения	заочная
Общая трудоемкость (в акад. часах / ЗЕ)	144 час. / 4 ЗЕ
Курс	III
Учебный семестр	5, 6
Форма промежуточной аттестации	5, 6 семестр – экзамен 6 семестр – курсовая работа

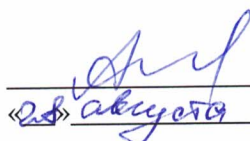
Настоящая рабочая программа учебной дисциплины устанавливает требования к результатам обучения студента и определяет содержание и виды учебных занятий и отчетности.

Рабочая программа дисциплины (РПД) «Управление тренировочной и соревновательной деятельностью спортсменов в детско-юношеском спорте» составлена на основании ФГОС высшего образования 44.03.01 Педагогическое образование, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «22» февраля 2018 г. № 121, основной профессиональной образовательной программы и учебного плана ГАОУ ВО МГУСиТ по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) «Физическое воспитание и спорт».

Программа предназначена для преподавателей, ведущих дисциплину, и студентов, обучающихся по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование.

Разработчик рабочей программы:

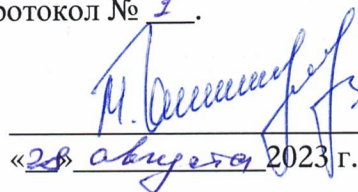
Доцент кафедры «Теории и методики спорта и физического воспитания», кандидат педагогических наук


«28» августа 2023 г.

А.С. Алексеева

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры «Теории и методики спорта и физического воспитания» «28» августа 2023 г., протокол № 1.


Заведующий кафедрой «Теории и методики спорта и физического воспитания», доктор педагогических наук, доцент


«28» августа 2023 г.

И.В. Мартыненко

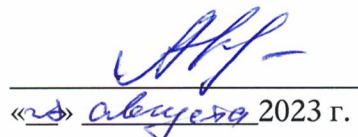
СОГЛАСОВАНО:

Начальник отдела методического обеспечения и контроля качества образовательного процесса


«28» августа 2023 г.

О.В. Федорова

Специалист по УМР отдела методического обеспечения и контроля качества образовательного процесса


«28» августа 2023 г.

Е.В. Аверьянова

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель – создание у студентов целостного представления о соматическом (физическом) здоровье человека, возможности увеличения адаптационных резервов организма средствами и методами физической культуры; формирование общепрофессиональных компетенций в области оздоровительной физической культуры, практики применения традиционных и инновационных средств и методов его сохранения и укрепления для различных групп населения.

Задачи, решаемые в процессе преподавания учебной дисциплины:

- ознакомление с основами средств и методов физической, технической, тактической, психологической, теоретической, интегральной видов подготовок;
- организационно-методическими основами современной системы спортивной тренировки;
- организацией тренировочных занятий с использованием различных видов нагрузок и адаптации к ней;
- формирование навыков отбора и прогнозирования;
- формирование знаний, практических умений и навыков, необходимых для успешной реализации современных технологий спортивной тренировки в практике избранного вида спорта.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВО

Дисциплина Б1.В.01 «Управление тренировочной и соревновательной деятельностью спортсменов в детско-юношеском спорте» изучается обучающимися в рамках части ООП ВО, формируемой участниками образовательных отношений, на протяжении двух учебных семестров – пятого и шестого и завершается промежуточной аттестацией в форме экзамена.

Изучение дисциплины «Управление тренировочной и соревновательной деятельностью спортсменов в детско-юношеском спорте» осуществляется на основе логической и содержательно-методической взаимосвязи с дисциплиной Б1.В.06 «Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности в детско-юношеском спорте», дисциплинами Б1.О.03 Медико-биологического модуля Б1.О.03.05 «Физиология физического воспитания и спорта», Б1.О.03.07 «Медико-биологические основы реабилитации в физическом воспитании и спорте», дисциплиной Б1.О.04 Модуля теоретико-методических основ физического воспитания и спорта Б1.О.04.04 «Теория и методика физической культуры и спорта».

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ В РАМКАХ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ООП

Процесс освоения учебной дисциплины направлен на формирование у обучающихся компетенции: ПК-2.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты обучения:

Индекс и содержание компетенции	Индекс и наименование индикатора содержания компетенции	Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
ПК-2. Способен осуществлять подготовку спортсменов и физическое воспитание	ПК-2.2. Планирует содержание занятий физической культурой и спортом	Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития,

обучающихся		<p>определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения.</p> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок. <p>Иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализа собранной информации при проведении занятий с целью дальнейшего её использования при проведении занятий в избранном виде спорта
	<p>ПК-2.3. Проводит мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - достоинства и недостатки методики осуществления тренировочного и соревновательного процесса. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работать с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами. <p>Иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - изучения передового опыта осуществления тренировочного и соревновательного процесса, оценка эффективности новейших методик осуществления тренировочного и соревновательного процесса и перспектив использования методик в условиях конкретной физкультурно-спортивной организации.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость учебной дисциплины составляет 4 зачетные единицы, 144 часа, включая все формы контактной и самостоятельной работы обучающихся.

4.1. Распределение часов по темам и видам учебной работы

Заочная форма обучения

№ п/п	Номера и наименования разделов и тем	Всего час.	Контактная работа, час.					Самостоятельная работа, час.	Формы промежуточной аттестации	Вид и формы текущего контроля ¹		Код компетенции или код индикатора
			всего	в т.ч.						в рамках контактной работы	в рамках самостоятельной работа	
				лекции	занятия семинарского типа ²	др. виды работ ³	консультаций ⁴					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
5 семестр												
1	Тема 1. Основные стороны спортивной тренировки	7	4	2	2			3		ПТЗ.Т	ПТЗ.Д	ПК-2
2	Тема 2. Технология планирования в спорте	6	2	2				4			ПТЗ.Д	ПК-2
3	Тема 3. Нагрузка в спортивной тренировке.	8	4	2	2			4		ПТЗ.Т	ПТЗ.Т	ПК-2
4	Тема 4. Особенности занятий избранным видом спорта.	6	2		2			4		ПТЗ.О	ПТЗ.Д	ПК-2
	Промежуточная аттестация	9						9	Экзамен			ПК-2
	Итого за семестр	36	12	6	6			24				
6 семестр												
5	Тема 5. Основы физической	18	2	2				16			ПТЗ.Д	ПК-2

¹ Вид текущего контроля: ПТЗ.Т – проверка теоретических знаний – тестирование (письменно), ПТЗ.КР – проверка теоретических знаний – контрольная работа (письменно), ПТЗ.О – опрос; ПТЗ.О(п) – опрос (письменно), ПТЗ.Д – проверка теоретических знаний – диктант; ПТЗ.Э – проверка теоретических знаний – эссе; ПР – практическая работа.

² К занятиям семинарского типа относятся - семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и иные аналогичные занятия.

³ Указать другие виды контактной работы студентов, если они применяются при изучении данной дисциплины.

⁴ Если предусмотрены учебным планом.

№ п/п	Номера и наименования разделов и тем	Всего час.	Контактная работа, час.					Самостоятельная работа, час.	Формы промежуточной аттестации	Вид и формы текущего контроля ¹		Код компетенции или код индикатора
			всего	в т.ч.						в рамках контактной работы	в рамках самостоятельная работа	
				лекции	занятия семинарского типа ²	др. виды работ ³	консультации ⁴					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
	подготовки спортсменов.											
6	Тема 6. Основы технико-тактической подготовки спортсменов.	20	4	2	2			16		ПТЗ.О		ПК-2
7	Тема 7. Основы морально-волевой и теоретической подготовки спортсменов.	21	4	2	2			17		ПТЗ.О		ПК-2
8	Тема 8. Основы интегральной подготовки спортсменов.	21	4	2	2			17		ПТЗ.О		ПК-2
9	Тема 9. Отбор и прогнозирование в спорте.	19	2		2			17		ПТЗ.О		ПК-2
	Промежуточная аттестация	9						9	Экзамен			ПК-2
	Итого за семестр	108	16	8	8			92				
	ВСЕГО:	144	28	14	14			116				

4.2. Тематическое содержание занятий

Наименование разделов и тем	Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации	Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации
Тема 1. Основные стороны спортивной тренировки	Лекция (2 ак.ч.)	Основные понятия и общая характеристика системы подготовки. Систематизация и классификация видов спорта. Классификация средств спортивной тренировки. Система спортивных соревнований. Тенденция развития спорта высших достижений.
	Занятие семинарского типа (Семинар) (2 ак.ч.)	Выполнение тестирования.
	Самостоятельная работа (3 ак.ч.)	Работа с учебной, научной и справочной литературой. Подготовка докладов: 1. Цели и задачи спортивной тренировки. 2. Структура отдельного тренировочного занятия в подготовке спортсменов. 3. Структура подготовленности спортсменов различного уровня. 4. Основные принципы классификации видов спорта.
Тема 2. Технология планирования в спорте	Лекция (2 ак.ч.)	Цели и задачи планирования. Распределение общеподготовительных и специальных подготовительных упражнений в годичном цикле тренировочного процесса. Адаптация в спортивной тренировке и её основные разновидности. Этапы многолетней подготовки спортсменов высшей квалификации. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах. Формы (виды) планирования на этапах многолетней спортивной подготовки. Определение соотношения общей и специальной физической подготовки для спортсменов различной квалификации. Оперативное планирование. Научно-методические предпосылки планирования подготовка спортсмена. Средства и методы формирования планов и программ учебно-тренировочного процесса.

	Самостоятельная работа (4 ак.ч.)	Работа с учебной, научной и справочной литературой. Подготовка докладов: 1. Характеристика тренировочных занятий избирательной направленности. 2. Задачи, средства и методы физической подготовки спортсменов. 3. Характеристика тренировочных занятий комплексной направленности в подготовке спортсменов. 4. Характеристика основных видов нагрузок в тренировке квалифицированных спортсменов. 5. Основные типы и организация тренировочных занятий в подготовке спортсменов. 6. Основные типы тренировочных микроциклов и их характеристика.
Тема 3. Нагрузка в спортивной тренировке.	Лекция (2 ак.ч.)	Нагрузка в занятие и её основные разновидности. Направленность занятий (избирательной и комплексной направленности). Динамика нагрузок и соотношение работы различной преимущественной направленности. Утомление и восстановление при мышечной деятельности в спорте. Особенности динамики адаптации. Адаптация к режиму жизни.
	Занятие семинарского типа (Семинар) (2 ак.ч.)	Выполнение тестирования.
	Самостоятельная работа (4 ак.ч.)	Работа с учебной, научной и справочной литературой.
Тема 4. Особенности занятий избранным видом спорта.	Занятие семинарского типа (Семинар) (2 ак.ч.)	Проведение опроса в форме дискуссии: 1. Организация тренировочных занятий на этапах спортивной подготовки. 2. Цели и задачи спорта высших достижений. 3. Организация занятий массовым спортом. 4. Инвентарь и его предназначение и параметры. 5. Спортивная тренировка как форма организации занятий лыжным спортом высших достижений. 6. Подготовка мест занятий. Особенности организации учебно-тренировочного процесса в секциях КФК, группах здоровья.

	Самостоятельная работа (4 ак.ч.)	Работа с учебной, научной и справочной литературой. Подготовка докладов: 1. Собственно соревновательные упражнения, специально-подготовительные упражнения, их характеристика. 2. Характеристика обще-подготовительных и подводящих упражнений. 3. Особенности организации и проведения соревнований в массовом спорте. 4. Особенности организации и проведения соревнований в спорте высших достижений. 5. Особенности организации занятий по ИВС с новичками, спортсменами-разрядниками и МС. 6. Подготовка судейской коллегии и ее работа во время соревнований.
Промежуточная аттестация	Экзамен	Устно по билетам
Тема 5. Основы физической подготовки спортсменов.	Лекция (2 ак.ч.)	Задачи, средства и методы. Физическая подготовка в процессе формирования спортивных навыков и их совершенствования. Критерии физической подготовленности спортсменов. Развитие физических качеств. Физические упражнения как основные тренировочные средства. Характеристика и режимы выполнения упражнений для развития силы. Характеристика и режимы выполнения упражнений для развития быстроты. Характеристика и режимы выполнения упражнений для развития гибкости, координации. Характеристика и режим выполнения упражнений для развития выносливости (общей, специальной). Место и значение игровых упражнений (игр) в тренировочном процессе. Их классификация в зависимости от направленности развития физических качеств.

	<p align="center">Самостоятельная работа (16 ак.ч.)</p>	<p>Подготовка докладов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Классификация основных средств используемых в спортивной тренировке и образовательном процессе. 2. Классификация основных методов используемых в спортивной тренировке и образовательном процессе. 3. Структура интегральной тренировки квалифицированных спортсменов. 4. Содержание и методика построения тренировочных мезоциклов в подготовке спортсменов. 5. Общая структура построения тренировочного процесса в макроциклах. 6. Содержание и методика построения обще-подготовительного периода. 7. Типы тренировочных мезоциклов. 8. Содержание и методика построения специально-подготовительного периода. 9. Общая структура построения многолетней подготовки квалифицированных спортсменов. 10. Содержание и методика построения соревновательного периода. 11. Организационно-методические основы этапа специализированной подготовки спортсменов. <p>Работа с учебной, научной и справочной литературой.</p>
<p>Тема 6. Основы технико-тактической подготовки спортсменов.</p>	<p align="center">Лекция (2 ак.ч.)</p>	<p>Задачи, средства, методы. Структура технико-тактической подготовки. Техника и методика обучения конкретным дисциплинам ИВС. Характеристика и режимы выполнения специальных упражнений в ИВС. Ошибки, их причины, предупреждение и методика устранения. Роль специальных упражнений в подготовке. Совершенствование спортивной техники. Повышение надёжности спортивной техники в условиях действия сбивающих факторов. Роль тренера-преподавателя в спорте высших достижений.</p>

	<p>Занятие семинарского типа (Семинар) (2 ак.ч.)</p>	<p>Проведение опроса в форме дискуссии:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Организационно-методические основы этапа углублённой подготовки спортсменов. 2. Структура отдельного тренировочного занятия на этапе общей подготовки. 3. Основные типы тренировочных микроциклов и их характеристика. 4. Структура отдельного тренировочного занятия на этапе соревновательной подготовки. 5. Методические основы построения мезоцикла подготовки спортсменов. 6. Основные типы тренировочных макроциклов и их характеристика.
	<p>Самостоятельная работа (16 ак.ч.)</p>	<p>Работа с учебной, научной и справочной литературой.</p>
<p>Тема 7. Основы морально-волевой и теоретической подготовки спортсменов.</p>	<p>Лекция (2 ак.ч.)</p>	<p>Задачи, средства и методы морально-волевой и теоретической подготовки применительно к различным формам тренировочной деятельности спортсменов. Повышение интеллектуального уровня и мотивации спортсмена как фактор неуклонного повышения спортивного мастерства в системе многолетней тренировки. Общие и специальные вопросы морально-волевой и теоретической подготовки.</p>
	<p>Занятие семинарского типа (Семинар) (2 ак.ч.)</p>	<p>Проведение опроса в форме дискуссии:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Методические основы построения макроциклов. 2. Методические основы планирования этапа общей подготовки. 3. Методические основы планирования этапа специальной подготовки. 4. Методические основы планирования этапа соревновательной подготовки. 5. Методические основы многолетнего планирования. 6. Структура тренировочных микроциклов при одноразовых занятиях в течение дня.
	<p>Самостоятельная работа (17 ак.ч.)</p>	<p>Работа с учебной, научной и справочной литературой.</p>

Тема 8. Основы интегральной подготовки спортсменов.	Лекция (2 ак.ч.)	Задачи, средства, методы интегральной подготовки спортсменов. Целостный характер соревновательной деятельности и необходимость учёта этого в тренировках. Взаимосвязь техники, тактики, физических, психических качеств, интеллектуального уровня в действиях спортсменов в процессе соревнований. Роль тренера-преподавателя в организации учебно-тренировочной и воспитательной работы в спорте.
	Занятие семинарского типа (Семинар) (2 ак.ч.)	Проведение опроса в форме дискуссии: 1. Структура тренировочных микроциклов при двух и более занятиях в течение дня. 2. Значения интегральной подготовки спортсменов. 3. Критерии интегральной подготовки. 4. Методика интегральной подготовки.
	Самостоятельная работа (17 ак.ч.)	Работа с учебной, научной и справочной литературой.
Тема 9. Отбор и прогнозирование в спорте.	Занятие семинарского типа (Семинар) (2 ак.ч.)	Проведение опроса в форме дискуссии: 1. Набор и отбор детей в процессе спортивного совершенствования. 2. Роль тренера в организации подготовки спортивного резерва. 3. Планирование, организация и проведение экспериментального исследования в ИВС. 4. Методика обработки экспериментальных данных, полученных в ходе экспериментального исследования.
	Самостоятельная работа (17ак.ч.)	Работа с учебной, научной и справочной литературой.
Промежуточная аттестация	Экзамен	Устно по билетам

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

5.1. Основная литература

1. Манжелей, И. В. Педагогика физического воспитания : учебное пособие для вузов / И. В. Манжелей. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09508-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516254>

2. Виленская, Т. Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 285 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08305-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514694>

5.2. Дополнительная литература

1. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»

Доступ к электронно-библиотечным системам:

- Национальный цифровой ресурс Руконт: www.rucont.ru;
- Образовательная платформа Юрайт: <https://urait.ru/>.

Доступ к современным профессиональным базам данных и информационно-справочным системам:

1. "Университетская библиотека": <http://www.biblioclub.ru/>
2. Научная электронная библиотека e-library: <http://www.e-library.ru/>
3. Университетская информационная система России (УИС России): <http://uisrussia.msu.ru/>
4. Единое окно доступа к образовательным ресурсам. Библиотека полнотекстовых учебников и учебных пособий по гуманитарно-экономическим и техническим дисциплинам [Режим доступа <http://window.edu.ru/window/library>]
5. Электронная библиотечная система <http://znanium.com>
6. Публичная Интернет-библиотека [Режим доступа <http://www.public.ru>]

7. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

1. MS Windows Professional 7 Russian – лицензия № 49715244 от 15.02.2012г., № 49466115 от 19.12.2011г.;
2. MS Office 2010 Russian – лицензия № 49715245 от 15.02.2012г.;
3. Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows;
4. Подключение к сети «Интернет» и обеспечение доступа в ЭИОС – договор о подключении услуг электросвязи 017800123199 от 01.09.2018.

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РПД

Учебная аудитория для проведения учебных занятий лекционного, семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, подтверждающая наличие материально-технического обеспечения, с перечнем основного оборудования:

Комплект учебной мебели для обучающихся:

Письменные столы (20 шт.);

Стулья (40 шт.);

Смарт-телевизор (1шт.);

Рабочее место преподавателя:

ноутбук с выходом в Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду

Помещение для самостоятельной работы обучающихся, подтверждающее наличие материально-технического обеспечения, с перечнем основного оборудования:

Письменные столы – (5 шт.);

Стулья (5 шт.);

Стеллажи (3 шт.);

Шкаф книжный (9 шт.);

Ноутбук с выходом в Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду (10 шт.)

9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДОСТУПНОСТИ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Условия организации и содержание обучения и контроля знаний инвалидов и обучающихся с ОВЗ определяются программой дисциплины, адаптированной при необходимости для обучения указанных обучающихся.

Организация обучения, текущей и промежуточной аттестации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортного психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется. Изменяются, как правило, формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и учебно-методические материалы.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ также может осуществляться индивидуально и/или с применением элементов электронного обучения (при наличии заявления). Электронное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а также с другими обучаемыми посредством вебинаров (например, с использованием программы Skype), что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения.

В образовательном процессе для повышения уровня восприятия и переработки учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются мультимедийные и специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для обучающихся с различными нарушениями,

обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения. Подбор и разработка учебных материалов производится преподавателем с учетом того, чтобы обучающиеся с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ фонд оценочных средств по дисциплине, позволяющий оценить достижение ими результатов обучения и уровень сформированности компетенций, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины, адаптируется для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при прохождении всех видов аттестации.

Особые условия предоставляются обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья на основании заявления, содержащего сведения о необходимости создания соответствующих специальных условий.

10. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

10.1. Методические указания по изучению дисциплины для обучающихся

Студентам необходимо ознакомиться с содержанием рабочей программы дисциплины, с целями и задачами дисциплины, методическими разработками по данной дисциплине, имеющимися в ЭИОС и сайте университета, с графиком консультаций преподавателей кафедры теории и методики спорта и физического воспитания.

Советы по планированию и организации времени, необходимого на изучение дисциплины. Рекомендуемое распределение времени на изучение дисциплины указано в разделе «Структура и содержание дисциплины». В целях более плодотворной работы в семестре студенты также могут ознакомиться с календарно-тематическим планом дисциплины, составленным преподавателем – как для лекционных, так и для практических занятий.

«Сценарий» изучения дисциплины.

«Сценарий» изучения дисциплины студентом подразумевает выполнение им следующих действий:

1. Ознакомление с целями и задачами дисциплины.
2. Ознакомление с требованиями к знаниям и навыкам студента.
3. Первичное ознакомление с разделами и темами дисциплины.
4. Ознакомление с распределением времени на изучение дисциплины.
5. Ознакомление со списками рекомендуемой основной и дополнительной литературы по дисциплине.
6. Углублённое ознакомление с разделами и темами дисциплины.
7. Предварительный охват на основе рекомендуемой литературы круга вопросов, актуальных для конкретного занятия.

8. Самостоятельная проработка основного круга вопросов как каждого последующего, так и каждого предыдущего занятия в свободное время между занятиями по дисциплине.

9. Присутствие и творческое участие на лекционных и семинарских / практических занятиях.

10. Выполнение требований планового текущего и итогового контроля.

11. Уточнение возникающих вопросов на консультации по дисциплине.

12. Непосредственная подготовка к экзамену по дисциплине на основе выданных преподавателем вопросов к экзамену.

10.2. Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо:

- перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;

- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции. При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам; если разобраться в материале опять не удалось, то обратиться к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях.

10.3. Рекомендации по подготовке к занятиям семинарского типа

Студентам следует:

- приносить с собой рекомендованную преподавателем литературу к конкретному занятию;

- до очередного семинарского (практического) занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал, соответствующий теме занятия;

- при подготовке к практическим занятиям следует обязательно использовать не только лекции, учебную литературу, но и нормативно-правовые акты и материалы правоприменительной практики;

- теоретический материал следует соотносить с правовыми нормами, так как в них могут быть внесены изменения, дополнения, которые не всегда отражены в учебной литературе;

- в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при самостоятельном выполнении упражнений и заданий;

- в ходе семинара давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов;

- на занятии доводить каждую поставленную задачу, задание до окончательного решения, демонстрировать понимание выполненных заданий, в случае затруднений обращаться к преподавателю.

10.4. Методические рекомендации по выполнению различных форм самостоятельных домашних заданий

Самостоятельная работа студентов включает в себя выполнение различного рода заданий, которые ориентированы на более глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины. По каждой теме учебной дисциплины студентам предлагается перечень заданий для самостоятельной работы.

К выполнению заданий для самостоятельной работы предъявляются следующие требования:

- должны выполняться самостоятельно;
- соответствовать установленным требованиям по содержанию и оформлению;
- представляться в установленные сроки.

Студентам следует:

- руководствоваться графиком самостоятельной работы, определенным РПД;
- выполнять все плановые задания, выдаваемые преподавателем для самостоятельного выполнения, и разбирать на семинарах и консультациях неясные вопросы;
- при подготовке к промежуточной аттестации параллельно прорабатывать соответствующие теоретические и практические разделы дисциплины, фиксируя неясные моменты для их обсуждения на плановой консультации.

11. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Освоение учебной дисциплины «Управление тренировочной и соревновательной деятельностью спортсменов в детско-юношеском спорте» предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий, в т.ч. интерактивных лекций, дискуссий, разбор конкретных ситуаций и практических задач в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

12. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации оформляется приложением к РПД.

Приложение
к рабочей программе дисциплины
«Управление тренировочной и
соревновательной деятельностью
спортсменов в детско-юношеском
спорте»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. КОМПЕТЕНЦИИ, ФОРМИРУЕМЫЕ В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Индекс и содержание компетенции	Индекс и наименование индикатора содержания компетенции	Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)	Наименование оценочного средства
1	2	3	4
ПК-2. Способен осуществлять подготовку спортсменов и физическое воспитание обучающихся	ПК-2.2. Планирует содержание занятий физической культурой и спортом	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок. <p>Иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализа собранной информации при проведении занятий с целью дальнейшего её использования при 	опрос; доклад тестирование; экзамен

Индекс и содержание компетенции	Индекс и наименование индикатора содержания компетенции	Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)	Наименование оценочного средства
1	2	3	4
		проведении занятий в ИВС	
	ПК-2.3. Проводит мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - достоинства и недостатки методики осуществления тренировочного и соревновательного процесса. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работать с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами. <p>Иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - изучения передового опыта осуществления тренировочного и соревновательного процесса, оценка эффективности новейших методик осуществления тренировочного и соревновательного процесса и перспектив использования методик в условиях конкретной физкультурно-спортивной организации. 	опрос; доклад тестирование; экзамен

2. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

2.1. Оценочные материалы для промежуточной аттестации

Экзамен (5 семестр)

Перечень вопросов:

1. Цели и задачи спортивной тренировки.
2. Структура отдельного тренировочного занятия в подготовке спортсменов.
3. Структура подготовленности спортсменов различного уровня.

4. Основные уровни, обуславливающие структуру тренировочного процесса спортсменов.
5. Основные принципы классификации видов спорта.
6. Содержание и методика построения микроструктуры тренировочных занятий в подготовке спортсменов.
7. Система основных спортивных соревнований.
8. Характеристика тренировочных занятий избирательной направленности.
9. Задачи, средства и методы физической подготовки спортсменов.
10. Характеристика тренировочных занятий комплексной направленности в подготовке спортсменов.
11. Характеристика основных видов нагрузок в тренировке квалифицированных спортсменов.
12. Основные типы и организация тренировочных занятий в подготовке спортсменов.
13. Содержание и методика построения тренировочных микроциклов в подготовке спортсменов.
14. Основные типы тренировочных микроциклов и их характеристика.
15. Классификация основных средств используемых в спортивной тренировке.
16. Характеристика комплексных занятий с последовательным решением задач в подготовке спортсменов.
17. Классификация основных методов используемых в спортивной тренировке.
18. Характеристика комплексных занятий с параллельным решением задач в подготовке спортсменов.
19. Структура интегральной тренировки квалифицированных спортсменов.
20. Содержание и методика построения тренировочных мезоциклов в подготовке спортсменов.
21. Общая структура построения тренировочного процесса в макроциклах.
22. Содержание и методика построения обще-подготовительного периода.
23. Типы тренировочных мезоциклов.

Критерии оценки:

Ответ студента на экзамене оценивается на:

«отлично» - если ответы на все вопросы билета полные, изложены в логической последовательности, студент владеет терминологией,

«хорошо» - допущена одна негрубая ошибка или не более двух недочетов;

«удовлетворительно» - в ответах на все вопросы билета имеется одна грубая ошибка и не более одной негрубой ошибки или грубые ошибки отсутствуют, но допущено две или более негрубых ошибок;

«неудовлетворительно» выставляется в случае, когда количество неправильных ответов превышает количество допустимых для положительной оценки или на нет ответа как минимум на один из вопросов билета.

Экзамен (6 семестр)

Перечень вопросов:

1. Содержание и методика построения специально-подготовительного периода.
2. Общая структура построения многолетней подготовки квалифицированных спортсменов.
3. Содержание и методика построения соревновательного периода.
4. Организационно-методические основы этапа начальной спортивной подготовки спортсменов.
5. Содержание и методика построения переходного периода.

6. Организационно-методические основы этапа специализированной подготовки спортсменов.
7. Организационно-методические основы этапа углублённой подготовки спортсменов.
8. Структура отдельного тренировочного занятия на этапе общей подготовки.
9. Основные типы тренировочных микроциклов и их характеристика.
10. Структура отдельного тренировочного занятия на этапе специальной подготовки.
11. Основные типы тренировочных мезоциклов и их характеристика.
12. Методические основы построения микроцикла в подготовке спортсменов.
13. Структура отдельного тренировочного занятия на этапе соревновательной подготовки.
14. Методические основы построения мезоцикла подготовки спортсменов.
15. Основные типы тренировочных макроциклов и их характеристика.
16. Методические основы построения макроциклов.
17. Методические основы планирования этапа общей подготовки.
18. Методические основы планирования этапа специальной подготовки.
19. Методические основы планирования этапа соревновательной подготовки.
20. Методические основы многолетнего планирования.
21. Структура тренировочных микроциклов при одноразовых занятиях в течении дня.
22. Структура тренировочных микроциклов при двух и более занятиях в течении дня.
23. Методические основы сочетания микроциклов в мезоциклах.
24. Методические основы сочетания мезоциклов в макроциклах.
25. Методические основы планирования переходного периода.

Критерии оценки:

Ответ студента на экзамене оценивается на:

«отлично» - если ответы на все вопросы билета полные, изложены в логической последовательности, студент владеет терминологией,

«хорошо» - допущена одна негрубая ошибка или не более двух недочетов;

«удовлетворительно» - в ответах на все вопросы билета имеется одна грубая ошибка и не более одной негрубой ошибки или грубые ошибки отсутствуют, но допущено две или более негрубых ошибок;

«неудовлетворительно» выставляется в случае, когда количество неправильных ответов превышает количество допустимых для положительной оценки или на нет ответа как минимум на один из вопросов билета.

2.2. Оценочные материалы для текущего контроля

ТЕСТИРОВАНИЕ

ТЕСТОВОЕ ЗАДАНИЕ № 1

Тема 1. Основные стороны спортивной тренировки.

1 вариант

№ п/п	Вопрос и варианты ответов	Вариант правильного ответа
1	При использовании какого метода обеспечивается высокая	Г

	плотность тренировочного занятия? а) группового; б) индивидуального; в) последовательного; г) фронтального.	
2	С чем тесно связан уровень проявления двигательных качеств? а) с уровнем психической устойчивости к преодолению утомления; б) с физическим развитием спортсмена; в) с экономичностью техники; г) умением реализовывать рациональную тактическую схему соревновательной борьбы в сложных условиях.	а,в,г
3	Чем меньше частота и интенсивность тренировочных занятий, тем а) значительно возрастает относительная и абсолютная интенсивность; б) короче периоды волнообразных колебаний; в) продолжительнее может быть фаза (этап) неуклонного нарастания нагрузок; г) продолжительнее может быть фаза отдыха.	в
4	Чем определяется вариативность техники? а) процессами, происходящими в организме непосредственно при выполнении упражнений; б) способностью спортсмена к оперативной коррекции двигательных действий в зависимости от условий соревновательной борьбы; в) способностью спортсмена к рациональному использованию энергии при выполнении приёмов и действий; г) степенью освоения спортсменом системы движений, соответствующей особенностям данной спортивной дисциплины.	б
5	Чем плотнее режим нагрузок и отдыха в тренировке и чем выше общая интенсивность нагрузок, тем а) короче периоды волнообразных колебаний в их динамике; б) продолжительнее может быть фаза (этап) неуклонного нарастания нагрузок; в) продолжительнее может быть фаза отдыха; г) чаще появляются в ней «волны».	а,г

2 вариант

№ п/п	Вопрос и варианты ответов	Вариант правильного ответа
1	Какой метод называется групповым среди методов организации деятельности занимающихся? а) выполнение одного и того же задания всем составом группы зависимости от форм построения обучающихся; б) выполнение одного и того же задания всем составом группы, независимо от форм построения обучающихся	в

	(колонна, шеренга, круг); в) одновременное выполнение разных заданий преподавателя в нескольких группах; г) показательное одновременное выполнение разных заданий преподавателя одним спортсменом.	
2	Какой метод называется фронтальным среди методов организации деятельности занимающихся? а) выполнение одного и того же задания всем составом группы зависимости от форм построения обучающихся; б) выполнение одного и того же задания всем составом группы, независимо от форм построения обучающихся (колонна, шеренга, круг); в) одновременное выполнение разных заданий преподавателя в нескольких группах; г) показательное одновременное выполнение разных заданий преподавателя одним спортсменом.	б
3	Какой порядок выполнения упражнений предусматривают интервальные методы? а) выполнение упражнений как с произвольными паузами; б) выполнение упражнений как с регламентированными паузами; в) многократным непрерывным выполнением тренировочной работы; г) однократным непрерывным выполнением тренировочной работы.	а,б
4	От чего зависит продолжительность и степень изменения отдельных параметров нагрузки в различных фазах ее волнообразных колебаний? а) абсолютной величины нагрузок; б) качества нагрузки, наличия параметров усиления или ослабления ее интенсивности; в) особенностей вида спорта; г) относительной величины нагрузок; д) уровня и темпов развития тренированности спортсмена; е) этапов и периодов тренировки.	а,в,д,е
5	По цели применения средства и методы психической подготовки делятся на а) комбинированные; б) корректирующие; в) мобилизующие; г) релаксирующие; д) социально-игровые.	б,в,г

Ключи:

1 вариант		2 вариант	
№ вопроса	ответ	№ вопроса	ответ
1	г	1	в
2	а,в,г	2	б
3	в	3	а,б
4	б	4	а,в,д,е
5	а,г	5	б,в,г

ТЕСТОВОЕ ЗАДАНИЕ № 2**Тема 3. Нагрузка в спортивной тренировке.****1 вариант**

№ п/п	Вопрос и варианты ответов	Вариант правильного ответа
1	<p>Базовый тренировочный эффект характеризуется</p> <p>а) процессами, происходящими в организме и являющимися следствием выполнения упражнения и ответной реакцией систем организма на данное упражнение или занятие</p> <p>б) процессами, происходящими в организме непосредственно при выполнении упражнений, и теми изменениями функционального состояния, которое возникают в конце упражнения или занятия</p> <p>в) процессами, происходящими в организме непосредственно при выполнении упражнений, и теми изменениями функционального состояния, которые возникают на следующий день после тренировки</p> <p>г) процессами, происходящими в организме после выполнения упражнений, и теми изменениями функционального состояния, которые возникают через день после тренировки</p>	б
2	<p>Двигательное умение – это</p> <p>а) способность выполнять двигательное действие на основе определенных знаний о его технике</p> <p>б) способность к одновременной реализации в соревновательной деятельности различных сторон подготовленности</p> <p>в) умение реализовывать рациональную тактическую схему соревновательной борьбы в сложных ситуациях</p> <p>г) это высшая степень подготовленности спортсмена, характеризующаяся его способностью к одновременной реализации в соревновательной деятельности различных сторон подготовленности (спортивно-технической, физической тактической, психической).</p>	а
3	<p>Какие виды общепедагогических методов различают?</p> <p>а) наглядные;</p> <p>б) ограничительные;</p> <p>в) словесные;</p> <p>г) тактические.</p>	а,в
4	<p>Какие группы упражнений выделяют среди средств спортивной тренировки?</p> <p>а) избранноподготовительные;</p> <p>б) избранные соревновательные;</p> <p>в) общеподготовительные;</p> <p>г) специально подготовительные.</p>	б,в,г
5	<p>Какие методы разучивания упражнений, направленных преимущественно на освоение спортивной техники,</p>	

	выделяют? а) обратный; б) общий; в) расчлененно-конструктивные; г) целостно-конструктивные.	в,г
--	---	-----

2 вариант

№ п/п	Вопрос и варианты ответов	Вариант правильного ответа
1	Какие различают упражнения в соответствии с зонами мощности? а) большой мощности; б) максимальной мощности; в) слабой мощности; г) субмаксимальной мощности; д) умеренной мощности.	а,б,г,д
2	Какие средства и методы психической подготовки существуют в зависимости от времени применения? а) подготовительные; б) постсоревновательные; в) предсоревновательные; г) предупреждающие; д) соревновательные.	б,в,г,д
3	Какие средства и методы психической подготовки существуют в зависимости от цели применения? а) корректирующие; б) мобилизующие; в) развивающие; г) релаксирующие; д) тренирующие.	а,б,г
4	Какие существуют виды специально подготовительных упражнений, в зависимости от преимущественной направленности? а) общие; б) подводящие; в) развивающие; г) функциональные.	б,в
5	Какие, в соответствии с признаком исторически сложившихся систем физического воспитания, существуют типичные группы физических упражнений? а) борьба; б) гимнастика; в) игры; г) спорт; д) туризм.	б,в,г,д

Ключи:

1 вариант		2 вариант	
№ вопроса	ответ	№ вопроса	ответ
1	б	1	а,б,г,д

2	а	2	б,в,г,д
3	а,в	3	а,б,г
4	б,в,г	4	б,в
5	в,г	5	б,в,г,д

Критерии оценки:

оценка	количество правильных ответов
«отлично»	более 90 % правильных ответов
«хорошо»	от 75% до 90 правильных ответов
«удовлетворительно»	от 60% до 75 правильных ответов
«неудовлетворительно»	менее 60% правильных ответов

ОПРОС

Тема 4. Особенности занятий избранным видом спорта.

Перечень вопросов:

1. Организация тренировочных занятий на этапах спортивной подготовки.
2. Цели и задачи спорта высших достижений.
3. Организация занятий массовым спортом.
4. Инвентарь и его предназначение и параметры.
5. Спортивная тренировка как форма организации занятий лыжным спортом высших достижений.
6. Подготовка мест занятий. Особенности организации учебно-тренировочного процесса в секциях КФК, группах здоровья.

Тема 6. Основы технико-тактической подготовки спортсменов.

Перечень вопросов:

1. Организационно-методические основы этапа углублённой подготовки спортсменов.
2. Структура отдельного тренировочного занятия на этапе общей подготовки.
3. Основные типы тренировочных микроциклов и их характеристика.
4. Структура отдельного тренировочного занятия на этапе соревновательной подготовки.
5. Методические основы построения мезоцикла подготовки спортсменов.
6. Основные типы тренировочных макроциклов и их характеристика.

Тема 7. Основы морально-волевой и теоретической подготовки спортсменов.

Перечень вопросов:

1. Методические основы построения макроциклов.
2. Методические основы планирования этапа общей подготовки.
3. Методические основы планирования этапа специальной подготовки.
4. Методические основы планирования этапа соревновательной подготовки.
5. Методические основы многолетнего планирования.
6. Структура тренировочных микроциклов при одноразовых занятиях в течение дня.

Тема 8. Основы интегральной подготовки спортсменов.

Перечень вопросов:

1. Структура тренировочных микроциклов при двух и более занятиях в течение дня.
2. Значения интегральной подготовки спортсменов.

3. Критерии интегральной подготовки.
4. Методика интегральной подготовки.

Тема 9. Отбор и прогнозирование в спорте.

Перечень вопросов:

1. Набор и отбор детей в процессе спортивного совершенствования.
2. Роль тренера в организации подготовки спортивного резерва.
3. Планирование, организация и проведение экспериментального исследования в ИВС.
4. Методика обработки экспериментальных данных, полученных в ходе экспериментального исследования.

Критерии оценки:

оценка	показатели
«зачет»	обучающейся знает основные определения, последователен в изложении материала, демонстрирует базовые знания дисциплины, владеет необходимыми умениями и навыками при ответе на вопрос.
«незачет»	обучающейся, не знает основных определений, непоследователен и сбивчив в изложении материала, не обладает определенной системой знаний по вопросу, не в полной мере владеет необходимыми умениями и навыками при ответе на вопрос.

ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ/ДОКЛАДОВ

Тема 1. Основные стороны спортивной тренировки.

1. Цели и задачи спортивной тренировки.
2. Структура отдельного тренировочного занятия в подготовке спортсменов.
3. Структура подготовленности спортсменов различного уровня.
4. Основные принципы классификации видов спорта.

Тема 2. Технология планирования в спорте.

1. Характеристика тренировочных занятий избирательной направленности.
2. Задачи, средства и методы физической подготовки спортсменов.
3. Характеристика тренировочных занятий комплексной направленности в подготовке спортсменов.
4. Характеристика основных видов нагрузок в тренировке квалифицированных спортсменов.
5. Основные типы и организация тренировочных занятий в подготовке спортсменов.
6. Основные типы тренировочных микроциклов и их характеристика.

Тема 4. Особенности занятий избранным видом спорта.

1. Классификация основных средств используемых в спортивной тренировке и образовательном процессе.
2. Классификация основных методов используемых в спортивной тренировке и образовательном процессе.
3. Структура интегральной тренировки квалифицированных спортсменов.
4. Содержание и методика построения тренировочных мезоциклов в подготовке спортсменов.
5. Общая структура построения тренировочного процесса в макроциклах.
6. Содержание и методика построения обще-подготовительного периода.

7. Типы тренировочных мезоциклов.
8. Содержание и методика построения специально-подготовительного периода.
9. Общая структура построения многолетней подготовки квалифицированных спортсменов.
10. Содержание и методика построения соревновательного периода.
11. Организационно-методические основы этапа специализированной подготовки спортсменов.

Тема 5. Основы физической подготовки спортсменов.

1. Классификация основных средств используемых в спортивной тренировке и образовательном процессе.
2. Классификация основных методов используемых в спортивной тренировке и образовательном процессе.
3. Структура интегральной тренировки квалифицированных спортсменов.
4. Содержание и методика построения тренировочных мезоциклов в подготовке спортсменов.
5. Общая структура построения тренировочного процесса в макроциклах.
6. Содержание и методика построения обще-подготовительного периода.
7. Типы тренировочных мезоциклов.
8. Содержание и методика построения специально-подготовительного периода.
9. Общая структура построения многолетней подготовки квалифицированных спортсменов.
10. Содержание и методика построения соревновательного периода.
11. Организационно-методические основы этапа специализированной подготовки спортсменов.

Методические указания по написанию реферата/доклада

Структура реферата должна состоять из трех разделов: 1. Вступление (введение, актуальность, цель, задачи, объект и предмет исследования). 2. Основная часть (раскрытие темы реферата). 3. Заключение (выводы, рекомендации, собственное мнение).

При изложении теоретического материала необходимо определять рассматриваемые понятия четко и полно, приводя соответствующие примеры; использовать понятия, строго соответствующие теме реферата; выполнять работу самостоятельно.

Анализ и оценку информации осуществлять грамотно, применяя категории анализа; уметь использовать приемы сравнения и обобщения для анализа взаимосвязи понятий и явлений; объяснять альтернативные взгляды на рассматриваемую проблему и приходиться к сбалансированному заключению; использовать большое количество различных источников информации; давать личную оценку проблеме.

Построение суждений должно быть ясным с четким изложением выдвинутых тезисов, сопровождаться грамотной аргументацией, приведением различных точек зрения и своей личной оценки. Общая форма изложения полученных результатов и их интерпретации должны соответствовать жанру проблемной научной статьи.

Вопросы и задания для самостоятельной работы студенты группы выбирают из списка по темам по дисциплине. Результаты выполненной работы студенты представляют в форме реферата в определенный срок. Объем реферата 10—12 стр. В процессе изучения дисциплины в течение семестра студент обязан выполнить 3—4 работы и представить их руководителю. Результаты работы представляются в виде доклада на практических занятиях.

Требования к оформлению работы:

- соответствие основным требованиям к оформлению и использованию цитат;
- соблюдение лексических, фразеологических, грамматических и стилистических

норм русского литературного языка;

- оформление текста с полным соблюдением правил русской орфографии и пунктуации.

Критерии оценки:

оценка	показатели
«отлично»	работа отвечает четырем критериям: - знание и понимание теоретического материала; - анализ и оценка информации; - построение суждений; - правильное оформление работы.
«хорошо»	работа отвечает трем критериям
«удовлетворительно»	работа отвечает двум критериям
«неудовлетворительно»	работа отвечает только одному или не отвечает ни одному критерию

Дополнения и изменения к рабочей программе дисциплины

На 2023/2024 учебный год в рабочую программу дисциплины внесены ежегодные обновления в части литературы и фондов оценочных средств на основании протокола №1 заседания Ученого совета от 29 августа 2023 г.

Внесение изменений в части содержания компетенции УК-10/УК-11 на основании приказа Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 27 февраля 2023 г. №208

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании кафедры протокол № 1 от 28 августа 2023 г.

Заведующий кафедрой И.В. Мартыненко (подпись) И.В. Мартыненко